



COVID-19

¿Cuándo y cómo utilizar mascarillas?

Versión 15/04/2020

➤ ¿En qué situaciones se debe utilizar una mascarilla?

- ✓ Personas con síntomas de COVID-19 (tos, fiebre o dificultad para respirar).
- ✓ Personas sin síntomas que estén cuidando de un paciente infectado.
- ✓ Personas sin síntomas en las que no sea posible mantener las medidas de distanciamiento social, especialmente en lugares concurridos.

En determinadas circunstancias, se recomienda el uso de **mascarillas**. La utilización de mascarillas sólo es efectiva en combinación con las medidas de higiene y distanciamiento social.

Si utilizas mascarilla es fundamental ponértela, quitártela y eliminarla correctamente para evitar pérdida de eficacia y posible aumento del riesgo de transmisión.

Las medidas recomendadas actualmente por el Ministerio de Sanidad para la prevención de la COVID-19 son las siguientes:

Recuerde!



Lavarse frecuentemente las manos friccionando con agua y jabón.



Evitar tocarse los ojos, nariz o la boca.



Cubrirse la boca y nariz con la flexura del codo o con un pañuelo desechable al toser o estornudar.



Tirar los pañuelos desechables en la basura y lavarse las manos después de hacerlo.



Mantener la separación física entre personas (de unos 2 m).

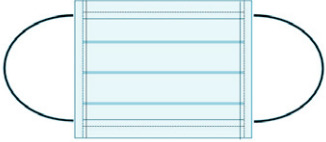


Es muy importante la limpieza y desinfección de superficies con lejía diluida o alcohol.



Si tienes síntomas de infección quédate en casa para prevenir que otras personas enfermen.

➤ ¿Qué tipos de mascarillas hay y para quién están recomendadas?

Tipos de mascarillas		Normativa que hay que cumplir	Para quién esta recomendada	
Higiénica	No Reutilizables	Conforme Especificación UNE-0064.	Personas sin síntomas que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas ni autofiltrantes. Ejemplo: Aquellas personas que tienen que salir a la calle por motivos laborales, para disminuir el riesgo ante la imposibilidad de mantener el distanciamiento social.	
	Reutilizables	Conforme Especificación UNE-0065.		
Quirúrgica		Conforme la Directiva 93/42/CEE, relativa a productos sanitarios, marcado CE y cumplir normas UNE-EN 14683:2019 + AC 2019.	Personas con infección por coronavirus o síntomas de infección. Personal sanitario o sociosanitario que acompañe a los pacientes a las zonas de aislamiento.	
Autofiltrante	FFP2	Conforme al Reglamento (UE) 2016/425 relativa a los equipos de protección individual (EPI)	Personal sanitario que atienda a casos de infección por coronavirus o personas que entren en la habitación de aislamiento de un enfermo (p.ej. familiares, personal de limpieza).	
	FFP3	y la norma UNE-EN 149:2001+A1.	Personal sanitario implicado en procedimientos que generen aerosoles.	

- ✓ En el caso de las **mascarillas higiénicas reutilizables**, el lavado y secado de la mascarilla debe ser acorde a las recomendaciones del fabricante. Después de cada lavado hacer una inspección visual por si se detecta algún daño.
- ✓ Las **mascarillas autofiltrantes** pueden tener **válvula de exhalación** para facilitar la respiración del usuario y evitar la condensación.
- ✓ En el caso de **mascarillas con válvula** no se deben colocar a pacientes con procesos respiratorios **infecciosos**, ya que al no filtrar el aire exhalado por el usuario, podrían ser una fuente de transmisión del COVID-19.
- ✓ Otras mascarillas, como por ejemplo **las antipolen**, no protegen del COVID-19.



Consulta con tu farmacéutico cual es la mascarilla más adecuada para tu caso, así como sus instrucciones de empleo.



Farmacéuticos
Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Instrucciones de uso de una mascarilla

Las mascarillas han de cubrir nariz, boca y barbilla.

Cómo se debe poner la mascarilla:

1.

Lavarse las manos con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica.



2.

Identificar la parte superior de la mascarilla.



3.

Colocar la mascarilla en la cara. Si dispone de pinza nasal, ajustarla a la nariz.

4.

Enganchar la mascarilla a las orejas o a la parte posterior de la cabeza, según el modelo.



5.

Bajar la parte inferior de la mascarilla a la barbilla, verificando que cubra la barbilla.



6.

Pellizcar la pinza nasal con ambas manos para ajustarla a la nariz.



Una vez ajustada, no tocar la mascarilla con las manos.

Si se necesita tocar la mascarilla, se deben lavar previamente las manos con agua y jabón o frotárselas con una solución hidroalcohólica. Tampoco se recomienda colocar en una posición de espera en la frente o debajo de la barbilla durante y después del uso.



Cómo se debe retirar la mascarilla:

1.

Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.



2.

Retirar la mascarilla sin tocar la parte frontal de la mascarilla.



3.

Desechar la mascarilla en un contenedor provisto de una bolsa de plástico (preferiblemente con doble bolsa), y a ser posible con tapa y control no manual.



4.

Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.



Se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior al indicado por el fabricante. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra nueva.



Haz un uso responsable y adecuado de las mascarillas para no contribuir al desabastecimiento y para que quienes sí las necesitan puedan utilizarlas.



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos



Para más información consulta



Especificación UNE 0064.

Mascarillas higiénicas no reutilizables.

Requisitos de materiales, diseño, confección, marcado y uso.

[Parte 1: Para uso en adultos.](#)

[Parte 2: Para uso en niños.](#)



Especificación UNE 0065.

Mascarillas higiénicas reutilizables.

Requisitos de materiales, diseño, confección, marcado y uso.

[Para uso en adultos y niños.](#)



European Centre for Disease Prevention and Control.

[Using face masks in the community](#)

Versión 8 de abril de 2020.



Ministerio de Sanidad.

[Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus \(SARS-CoV-2\).](#)

Versión 31 de marzo de 2020.

[Prevención y control de la infección en el manejo de pacientes con COVID-19.](#)

Versión 20 de febrero de 2020.



Organización Mundial de la Salud. (OMS).

[Brote de enfermedad por coronavirus](#)

(COVID-19): orientaciones para el público



Desai AN, Mehrotra P. Medical Masks. JAMA.

Published online March 04, 2020. doi:10.1001/jama.2020.2331



Farmacéuticos

Consejo General de Colegios Farmacéuticos

Vocalía Nacional de
Farmacia Hospitalaria

Vocalía Nacional de
Oficina de Farmacia

Vocalía Nacional de
Distribución

